

*Porque nos importa ...*



Extendemos nuestros más sincero  
simpatía y condolencia  
en el momento de la pérdida.

Esperamos que esta información  
Ayudará aliviar su carga.

Con sincera simpatía,  
Mirna Johnson, Coordinador de servicios de la  
víctima  
Senior Capellán Rick Brann

***LEANDER  
POLICE DEPT.  
LEANDER, TEXAS***



## Consejos de estilo de vida

- ✓ Disciplina para comer regularmente, incluso si se como si usted no puede comer como habitual.
- ✓ Comer una dieta equilibrada.
- ✓ Evitar dulces y alimentos grasos.
- ✓ Beber 8 - 10 vasos de agua por día.  
Evitar bebidas con cafeína.
- ✓ Programación de 20 a 30 minutos diarios de ejercicio vigoroso.  
CONSULTE A SU MÉDICO ACERCA DE EJERCICIO  
ADECUADO PARA SU EDAD Y CONDICIÓN.
- ✓ Concentrarse en la respiración profunda en el aire abierto.
- ✓ Concentrarse en mantener Buena postura.
- ✓ Intenta atrapar una siesta durante el día.
- ✓ En total de bebidas alcohólicas de evitar. El alcohol es un depressor.
- ✓ Evite cafeína – fría o caliente. Esto estimula y permite down.
- ✓ Evitar solitaria que viendo TV.
- ✓ Mantenga horas regulares.
- ✓ Mantener un equilibrio entre trabajo, relación y solitaria.

## "Qué debo hacer ahora?"

### Información básica para los sobrevivientes

[Este formulario debe ser completado por personas que efectúe la notificación.]

**1. Podrán obtener copias de los certificados de muerte de la funeraria.**

**2. Puede obtener una copia de un informe de la policía de la Leander policía Departamento 705 Leander Drive Leander, Texas 78641, 512-528-2800.**

**Policía informe número, si cualquier:** \_\_\_\_\_

**3. Puede obtener registros medicos del hospital o clínica donde fue llevado el difunto.**

**Nombre del Hospital:** \_\_\_\_\_

[Nota que toma distintas cantidades de tiempo para obtener certificados de defunción, registros medicos e informes de autopsia y la policia.]

**4. Ubicación de pertenencias:** \_\_\_\_\_

**5. Teléfonos que podrían ser de utilidad:**

A. la Seguridad Social admin.: Georgetown 512-869-0886

Austin 512-206-3700

B. Oficina Regional de la administració de veteranos: 1-800-827-1000

C. Asistencia a las víctimas delito: Leander PD 512-528-2872

D. Del examinador del medico del Condado de Travis

Oficina: 512-854-9599

E. Central Texas Autopsy Oficina: 512-398-4974

**6. Notificar a sus agente de seguros y su banco de sus seres queridos la muerte.**

**NOMBRE de la persona que efectúe la notificacion** \_\_\_\_\_

## Información de Oficina del examinador médico

La información siguiente se proporciona para ayudarle a hacer arreglos necesarios para el fallecimiento. El orden exacto de eventos puede variar en ciertos casos.

1. El fallecido ha sido tomado en el Travis County Oficina del examinador medico en Austin, Texas, para su examen para determinar la causa de la muerte de un ser querido.
2. Llamar a la funeraria de su elección para informarles de la muerte y su deseo de utilizar sus servicios. El director de la funeraria se comunicará con la Oficina del examinador medico.
3. Si tiene alguna pregunta, puede llamar la Oficina del examinador medico, en 512-854-9599 o (Lockhart) 512-398-4974.
4. Oficina del examinador medico está abierta de 8 am a 5 pm del lunes al viernes.
5. El medico forense normalmente tendrá 12 a 24 horas antes de liberar el cuerpo.
6. El examinador mé llamará a la funeraría para transporter el cuerpo cuando ha realizado el examen..
7. Su funeral director hará una cita con usted para entrar en su Oficina para hacer los arreglos del funeral.

Si podemos ser de mayor servicio a usted, por favor llame al el departamento de policía de Leander al 512-528-2800

## Algunos detalles importantes

- ◆ **El Banco de contacto – especialmente si existen las cuentas conjuntas.**
- ◆ **Obtener certificados de defunción – están disponibles de la funeraria. A menudo son necesarias para el seguro y muchos otros propósitos legales. Se sugiere un mínimo de seis copias certificadas.**
- ◆ **Compruebe los billetes actuales – utilidades, teléfono, préstamos, tarjetas de crédito, etc..**
- ◆ **Localizar títulos de propiedad: auto, propiedad, etc..**
- ◆ **Puede ponerse en contacto con un abogado: resolver una finca puede ser un asunto complejo, especialmente si no hay ninguna voluntad.**
- ◆ **Compruebe los beneficios de empleado: notificar al empleador de la muerte para proteger los beneficios disponibles de la muerte.**
- ◆ **Administración pública : empleados del Gobierno pueden ser elegibles para beneficios.**
- ◆ **Contacto de Seguridad Social : lograr beneficios de muerte.**
- ◆ **Comprobar la partencia a : algunos grupos ofrecen seguros de vida de grupo.**
- ◆ **Reunir las pólizas de seguro: recuerde comprobar las tarjetas de crédito y préstamos para políticas de vida del crédito.**

- ◆ **Seguros de automóviles :** si la muerte es el resultado de un accidente de automóvil, es posible presentar una reclamación de honorarios médicos, daños del vehículo o otros beneficios.
- ◆ **Beneficios de veteranos :** Oficina Regional de la administración de veteranos: 1-800-827-1000

## Arreglos de Funeral

Los elementos siguientes le ayudará a hacer los arreglos del funeral. Si algunos elementos no están disponibles, su Director de Funeral puede ayudarle en la obtención de las mismas.

**Número de seguridad social:** Beneficios disponibles se explica por su Director de Funeral. Necesitará el número de Seguridad Social del difunto para ayudarle a hacer una reclamación.

**Beneficios de veterano:** Para aplicar para estos beneficios se necesita identificación de la administración de veteranos, como documentos de aprobación de la gestión, el número de servicio military o identificación Cardenal.

**Registros vitals:** Una parte importante del proceso de arreglo es la grabación de los datos personales vitals que formarán el registro oficial de la muerte. A continuación figuran algunos elementos que son comúnmente útiles.

- ✓ Lugar del difunto de nacimiento
- ✓ Fecha de difunto de nacimiento
- ✓ Inaugural y dado el nombre y lugar de nacimiento de la madre
- ✓ Nombre del padre y lugar de nacimiento

**Las pólizas de seguro:** Pre-acuerdos, si la persona fallecida compró una o más directivas entierros, o tenían pólizas de seguro de vida debe llevarlos a la reunion con el Director de la funeraria.

**Avisos de periódico :** El Director de la funeraria debe notificar los periódicos, locales, así como trabajos en otras ciudades. Puede ser útil enumerar a los sobrevivientes en una hoja de papel. Los

periódicos estan interesados en las actividades de las personas. Una lista de clubs, organizaciones, miembros de la iglesia, etc., sera útil.

**Ropa :** Familias suele preguntan sobre la ropa. Es la política de la mayoría funerarias vertirse completamente todos los órganos, incluyendo ropa interior. El tipo de ropa es generalmente opcional y a menudo refleja sabor el individuo.

**Fotografía :** Una fotografía del difunto puede ser de ayuda para el director de la funeraria. La misma foto puede utilizarse para el obituario. Tenga en cuenta que muchos periódicos cargan para imprimir fotos.

## Muestras de cartas

### Al fallecido empresario

Dear \_\_\_\_\_,

Esta carta es para informarle que mi (esposo, esposa, etc.) murió el (día, mes, año).

Agradecería información sobre beneficios, tales como la cobertura de seguro de vida de grupo, fondos de pensiones, vacaciones acumuladas o licencia paga por enfermedad, discapacidad pagar, subsidio de terminal de pago, pagos de propina, las comisiones pendientes, equilibrio de ahorro y crédito, premios de reconocimiento de servicio, etc..

Envíe una lista de documentos que requiere y los formularios necesarios para completar.

Atentamente,

(La firma)

(Su nombre complete – escrito)

(Su dirección – escrito)

(Su número de teléfono – escrito)

### A los acreedores

Dear \_\_\_\_\_,

Esta carta es para informarle que mi (esposo, esposa, etc.) murió el (día, mes, año).

Deseo preguntar si (su) préstamo estaba cubierto por un plan de seguro de vida de crédito ofrecido por su organización.

Envíe una lista de documentos o información necesaria para presentar una reclamación. Le agradezco una respuesta a sus conveniencia primera.

Atentamente,

(La firma)

(Su nombre complete – escrito)

(Su dirección – escrito)

(su número de teléfono – escrito)

## Reacciones de dolor

Experimentar el dolor del dolor puede incluir físicos, emocionales y reacciones de comportamiento. Es útil reconocer y trabajar a través de las respuestas de dolor. A continuación se enumeran algunas reacciones comunes de dolor.

### Reacciones emocionales

Entumecimiento y shock  
Incredulidad y negación  
Tristeza  
Culpabilidad mayor presión  
Anhelo  
Tensión Muscular  
Desesperanza  
Impotencia  
Sensación de pérdida abandono  
Ira  
Amargura

Desesperanza dalet Resistencia  
Cambio de peso y apetito  
el abandono de sí mismo  
Ira mayor conciencia sensorial

### Reacciones conductuales

Culpar a otros  
Apática respecto de las actividades  
Preocupado por  
LLORANDO  
Búsqueda de soledad  
Buscando perdón  
Separada de entorno  
Desorientado en tiempo y lugares  
Retirado de las actividades y amigos  
No se puede concentrar



Ser capaz de identificar algunas reacciones comunes permite saber que lo que sucede a la se considera normal para personas en duelo. Un capellán de la policía puede ayudarle con información sobre grupos de apoyo local y consejos de duelo. Puede comunicarse con un capellán llamando al departamento de policía al (512) 528-2800 o en su telefono celular en (512) 289-0864.

## Una palabra de precaución

### Proteger su hogar

Es común que amigos y vecinos pedir lo que pueden hacer para en un momento de necesidad. Tal vez preguntar a alguien “sentarse de casa” o mantener un ojo en su propiedad durante las horas del funeral ceremonias sería una Buena sugerencia.

### Cuidado con los fraudes

Cada año, sobrevivientes sea vulnerables a los que se aprovechan de los sufrimientos de los demás. Los más vulnerables son los individuos que no están acostumbrados a manejar sus propios asuntos financieros.

Hay gente que busca las obituario páginas de los periódicos para encontrar objetivos confiados. Algunos de los esquemas de fraude implican alguien prometiendo entregar un producto o servicio. Otros ofrecen inspeccionar su casa y luego inventar un problema que necesita reparación inmediata y costoso.

Una buena regal general es que nunca hacer negocios con nadie antes de comprobar su reputación con la local Better Business Bureau.

## Cómo elijo una funeraria?

**Reputación** – Muchas familias prefieren usar una funeraria están familiarizados. Tal vez han visitado una funeraria y se sintió cómodo con el entorno o personal.

**Ubicación** – Es importante que la funeraria cercana a su hogar o de otros miembros de la familia?

**Precio** – La Ley Federal requiere que toda la información precio sobre bienes de funeral y servicios esté disponible por teléfono. También puede obtener información sobre los precios en forma escrita a petición.